

2022年 1月 予定表 Aグループ

12月26日(日)	12月27日(月)	12月28日(火)	12月29日(水)	12月30日(木)	12月31日(金)	1月1日(土)
8:00-10:30 14:00-16:30	17:50-21:00	Rest	8:00-10:00 Aグループ & 新フェ組	8:00-10:00 Aグループ & 新フェ組	Rest	Rest
			コロナ禍でも快く合同練習を承諾してくださったマイティ米沢さんに感謝し、失礼の無いように！			
1月2日(日)	1月3日(月)	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)
Rest	Rest	13:00-1500 18:15-20:30	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	新年フェスティバル 8:00-9:30 15:20-17:30
1月9日(日)	1月10日(月)	1月11日(火)	1月12日(水)	1月13日(木)	1月14日(金)	1月15日(土)
新年フェスティバル	新年フェスティバル	18:15-20:30 新フェ組はミーティング 泳ぐ準備もしてくる	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	8:00-10:20 15:10-17:20
Rest	Rest					
1月16日(日)	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)	1月21日(金)	1月22日(土)
Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	8:00-10:20 15:10-17:20
1月23日(日)	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)	1月29日(土)
Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	Rest	17:50-20:30頃 合同記録会	17:50-20:00	JO県予選:女子 8:00-9:30 15:20-17:30
1月30日(日)	1月31日(月)	2月1日(火)	2月2日(水)	2月3日(木)	2月4日(金)	2月5日(土)
JO県予選:男子	17:50-21:00	17:50-20:30	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	8:00-10:20 15:10-17:20
Rest						

- ジャージや道具の購入希望の人は申し出ください。
- 練習時間しっかり確認してください。
- 1月9日(日)～日曜・祭日の午前のみ自主練習可能です。
-

大会・記録会予定

1月8日(土)～ 新年フェスティバルin鶴岡
1月29日(土)～ JO予選in落合
2月20日(日) 春季A・AA級記録会 in 鶴岡

<選手へ>

新フェ、JO予選の結果がどのような場合であっても、来シーズンに向けていい反省を残すようにしましょう。「ベストが出てよかった」や「ベストが出なくて残念だった」ではなく、「DK・バサロ・浮き上がり良かった」、「ターンやタッチが合った、合わなかった」、「前半抑えすぎた」など、少し具体的な反省を残して、次に活かせるようにしましょう。

<コロナ感染拡大予防については、引き続き行うようお願いします>

現在のAグループ ※Aグループ継続の条件としてケガ・体の自己管理・出席率・生活や練習態度・泳力(筋力)test・資格級などを基準にします。
太郎・心音・逞真・夏季・雪花・琢磨・樺音・宝・陽・さくら・大雅・堇怜・心花 計13名

金田コーチ 携帯 090-7323-4966